№. 15. Warszawa 13 Kwietnia 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5. Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop. Na innych stronicach 20 kop. Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Prenumerata „Kosmetyki“ w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal., kwartalnie kor. 3.75 hal.

Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.

Główne zastępstwo na Francję, Belgję i Niemcy: Société Générale de Publicité, Paryż, 12 Boulevard de Strasbourg.

Pielęgnowanie skóry ciała.

Pisząc o pielęgnowaniu skóry ciała, musielibyśmy wyczerpać nasze wiadomości z zakresu hygieny, wszelkie bowiem wpływy ujemne dla organizmu upośledzają odporność i świeżość skóry. Ograniczymy się tedy do ujemnych i dodatnich wpływów, działających bezpośrednio na ten narząd, który pozornie zdaje się reagować na szkodliwości, wypływające z nieracyonalnego postępowania, a jednak wcześniej czy później marnieje, gdy tylko znikną czynniki, podtrzymujące niemal sztucznie efekt tej części ciała. O tem przekonać się możemy, obserwując skórę ciała kobiet, u których w nieznacznym nawet stopniu ucierpiała — pierwotnie dostatecznie pełna — podściółka tłuszczowa. Podczas gdy na niej rozpostarła się skóra gładko wypięta, niejako elastyczna, to z chwilą usunięcia się tej podpory uwydatnia się rychło brak sprężystości w arcyniemiłem obwisaniu skóry. Ale i karnacya skóry pozostawia wiele do życzenia dzięki szkodliwym wpływom, stale na nią działającym, oraz zaniedbywaniu hygieny. To co w pojęciu wielu stanowi „białą" skórę, to w naszem jest niedokrwista, odbiegająca znacznie od normalnego koloru.

Skóra ciała, racyonalnie pielęgnowana, zachowuje do późnej starości niemal pierwotny swój powab, a jednak zauważyłem w ciągu mej długoletniej praktyki niestety tylko w kilku wypadkach normalnie utrzymaną skórę w podeszłym wieku. Należałoby się zastanowić nad przyczyną wczesnego zaniku zalet, warunkujących normalną skórę.

Zdaje mi się, że niedostateczne uświadomienie ogółu w kwestyi przemian fizyologicznych, odbywających się w skórze i ich znaczenia dla zdrowia w ogólności, stanowi główną przyczynę zaniedbywania hygieny odnośnie do tego narządu. Ogół wie tylko, że skóra ma zadanie chronić wewnętrzne narządy przed urazami i, że wydziela przez pory pot i tłuszcz, a mało kto wie, że skóra jest filtrem organizmu, przez który przechodzą na zewnątrz trucizny, będące produktem przemiany materyi.

W r. 1885 wykazał prof. Gautier, że owe trucizny zbliżone są do jadu trupiego, wobec czego łatwo sobie uzmysłowić następstwa zatrzymania tak gwałtownej trucizny w organizmie, względnie skórze.

Wiadomo również, że pot człowieka wstrzyknięty w odpowiedniej ilości do krwi zwierzęcia sprowadza w krótkim czasie śmierć.

Trucizny owe działają w wysokim stopniu destrukcyjnie na skórę, zwłaszcza na jej elastyczność, podobnie jak preparaty kosmetyczne z zawartością ołowiu na cerę twarzy.

Z powyższych uwag wynika jasno ważny postulat częstej zmiany bielizny, albowiem ona wchłania w siebie owe produkty przemiany materyi, jednakowoż dopóty, dopóki może, t. z. do granic zupełnego przesiąknięcia wydzielinami. Godne jest wzmianki, że dzięki metodom fabrykacyi bielizny, ona stanowi materyał trudno przemakalny, wobec czego większa część wydzielin zatrzymuje się jużto na jej wewnętrznej pewierzchni, łącząc się z krochmalem w jednolitą masę, jużto rozpościera się na powierzchni skóry, zamykając pory i uniemożliwiając temsamem wydobycie się produktów przemiany materyi na zewnątrz. Dalszą wadą płóciennej zwłaszcza bielizny, jest zbitość tej tkaniny, co wysoce utrudnia wymianę gazów, t. j. kwasu węglanego i tlenu. Podobnie jak w płucach, odbywa się drogą skóry stosunkowo dość żywa przemiana wzmiankowanych gazów, t. z. oddychanie skórne. Jeśli tedy bielizna z jakichkolwiek przyczyn nie pozwala lotnym składnikom przemiany materyi wydobyć się na zewnątrz, natenczas zagęszcza się przestrzeń między nią a skórą gazami, które wstrzymują normalną czynność skóry.

Widzimy zatem, że kwestya częstej zmiany bielizny nie jest tak błahą, jakby się wydawało bez znajomości funkcyj fizyologicznych skóry, od takiego bowiem na pozór podrzędnego momentu zależy szereg zawiłych zboczeń w organizmie, a w dalszym ciągu w samej skórze. Znużenie, niechęć do pracy, bezsenność, bóle głowy i setki innych przypadłości, zwłaszcza skórnych w postaci wykwitów, łuszczenia się, zatkania gruczołów skórnych, zmian barwikowych i upośledzenia elastyczności skóry, przypisać nieraz należy utrudnionej wymianie gazów, oraz niezdolności wydzielniczej zużytych produktów przemiany materyi.

Nieprawidłowy przeziew potęguje się z chwilą, gdy znika wszelka przestrzeń między skórą, a bielizną, co bywa u kobiet, noszących z reguły obcisłą odzież.

Jeśli tedy żyjemy w warunkach, odbiegających od elementarnych zasad hygieny, powinniśmy w wolnych chwilach pomyśleć o naprawie (przynajmniej częściowej) zła, wyrządzonego ustrojowi. Jaknajczęstsza zmiana bielizny, częste zmywanie ciała ciepłą wodą, kąpiele ciepłe, parowe, powietrzne i masaż ciała, oto czynniki, mogące — mimo chwilowych wpływów niekorzystnych — utrzymać skórę w jędrnym stanie do późnej starości.

Mając na względzie postulaty zdrowotne i kosmetyczne, nie powinniśmy się ograniczyć do zmywania ciała wyłącznie zimną wodą, gdyż tym zabiegiem osiągamy tylko orzeźwiający skutek układu nerwowego, a to stanowczo za mało. W pierwszym rzędzie musimy usunąć wszelkie produkty przemiany materyi, zalegające w porach i na powierzchni skóry, a dalej winniśmy pobudzeniem cyrkulacyi odżywić całą skórę. To nam się uda w zupełności przy pomocy nacierań gorącą wodą z następczem natarciem zimną.

Utarło się mniemanie u laików, jakoby nacierania zimną wodą hartowały organizm i chroniły przed przeziębieniem. Zdanie to jest mylne, albowiem przeziębienie jest następstwem działania wysokich i niskich temperatur szybko się zmieniających. Stąd też wynika, że należy organizm do szybkich zmian temperatury przyzwyczaić, celem usunięcia wrażliwości na podobne wpływy. Nacierając zatem ciało naprzemian gorącą i zimną wodą osiągamy i ten postulat, oprócz wymienionych korzyści.

To samo czynić należy kąpiąc się we wannie. Po ciepłej wodzie o temperaturze 28° — 30°, winno należycie ochłodzić ciało, poczem każdy łatwo zauważy zaróżowienie skóry, jako wyraz pobudzonej cyrkulacyi.

Jest to t. z. *reakcya* skóry, bez której kąpiel niema znaczenia kosmetycznego, zdążającego do nadania i utrzymania skóry w ciągłej młodocianej świeżości.

Reakcyę ową osiąga się w najwyższym stopniu kąpielami parowemi. One łączą w sobie wszelkie postulaty hygieniczne i kosmetyczne, a mamy właśnie na myśli kąpiele parowe rosyjskie, po których następuje dostateczne ochłodzenie ciała zimną wodą. Temperatura takiej kąpieli powinna wynosić najwyżej 40° R. W ciągu 5 do do 10 minut rozpoczyna się obfita wydzielina potu z całej powierzchni skóry, która nie powinna trwać dłużej nad 10 do 15 minut, poczem ochładza się przez minutę do dwóch ciało pod zimnym tuszem lub w basenie. Niektórzy nie mogą znieść kąpieli parowych z powodu kongestyj, to też można wyeliminować głowę z pod działania pary, urządziwszy kąpiel parową w domu. Ustawia się lampkę spirytusową we wannie, nad którą umieszcza się garnek z wrzącą wodą, na odpowiedniej podstawce. Usadowiwszy się na krześle, przykrywa się wannę i ciało po szyję prześcieradłem.

Kąpiele parowe mogą stosować ludzie zupełnie zdrowi; w przypadkach jakichkolwiek przypadłości zwrócić się należy do lekarza.

W ostatnich czasach zwrócono uwagę na zbawienny wpływ t. zw. kąpieli powietrznych. Kąpielom tym, mięsieniu ciała i innym zabiegom poświęcimy w przyszłości osobne prace. Pragniemy tylko nad-

Przegląd i ocena preparatów kosmetycznych.

II.

O przetworach mitinowych D-ra Jessnera.

Podstawę wszystkich niemal maści, past, kremów i pomad, udelikatniających cerę, stanowią tłuszcze zwierzęce. Ta okoliczność uniemożliwia stosowanie ich à la longue, gdyż tłuszcze, jak wiadomo, ulegają bardzo łatwo jełczeniu, a wydzielające się kwasy tłuszczowe zamiast udelikatniać — zadrażniają skórę. Lepiej celowi swemu odpowiadają preparaty, przyrządzone na wazelinie i lanolinie, gdyż nie ulegają rozkładowi, a lanolina prócz tego łatwo przyjmuje wodę i dobrze wciera się w skórę. Jednakowoż preparaty takie odznaczają się zbytnią lepkością i nie mogą być zastosowane do każdej cery, co stanowi ich ujemną stronę.

Ideałem podkładu dla możliwie *uniwersalnego* kosmetyku powinna być taka substancya, która by posiadała do pewnego stopnia cechy fizyologiczne normalnej skóry, t. j. odpowiadałaby składnikom, zawartym w skórze; prócz tego podkład taki powinien mieć cechy następujące: odpowiednią ciągliwość, brak zapachu, działanie obojętne, a przedewszystkiem *trwałość*. Ten ostatni warunek należy mieć zawsze na względzie w przypadkach, gdy stosujemy *gotowy* preparat, albowiem preparaty nietrwałe, wskutek rozkładu, wywierają wpływ ujemny na cerę.

Wszystkim tym wymaganiom zadość czyni **mitina**, wprowadzona do dermatologii przez *Dra Jessnera* i wyrabiana przez fabrykanta *Krewella w Kolonii*. Mitina przedstawia się w postaci substancji białej, ciągliwej, o konsystencji maści, i daje się łatwo mieszać z rozmaitymi środkami. Pod względem chemicznym jest ona mieszaniną tłuszczów przetłuszczoną, zemulsjowaną i zawierającą 50% płynu surowiczego, otrzymanego z mleka.

Dzięki tym wybitnym własnościom czysta mitina obecnie ma bardzo obszerne zastosowanie w dermatologii: używaną jest zamiast wazeliny i lanoliny do przyrządzania wszelkiego rodzaju maści, past etc.

Z preparatów kosmetycznych, przyrządzonych na mitinie, następujące zasługują na uwzględnienie, dzięki skuteczności działania:

Krem mitinowy, zawiera znaczną ilość płynu surowiczego, dzięki czemu przy wcieraniu przenika bardzo łatwo przez skórę, nie pozostawiając prawie żadnych śladów. Preparat ten wskazany jest w przy-

mienić, że wysoce korzystnie wpływa kąpiel powietrzna zastosowana przed spaniem w pokoju. Zupełnie obnażone ciało, poddane działaniu powietrza przez kilka minut, wśród lekkiego ruchu (chodzenie, mierna gimnastyka) sprowadza orzeźwienie i pokrzepiający sen. Dzieciom należy na ten wybryk pozwolić, o ile pokój jest dostatecznie ogrzany.

Na zakończenie wypada nadmienić, że kąpiele parowe działają wybielająco na skórę. Dla pragnących znaczniejszego wybielenia gorsu polecam „Lichtmitin" Krewela.

Dr. L. Luster.

Piotr Klejn.

KOSMETYKA ZĘBÓW I JAMY USTNEJ.

Czem należy płukać zęby i usta.

IV.

(*Dalszy ciąg*). *)

Acidum benzoïcum (kwas będźwinowy), działa silnie odkażająco jak karbol. Są to bezbarwne kryształy, które się łatwo rozpuszczają w wyskoku i eterze. Kwas b. posiada przyjemny zapach, zbliżony do zapachu wanilji lecz mocniejszy. Smak ma z początku aromatyczny, później ustępujący miejsce uczuciu palenia i drapania w ustach. Użyty w stężeniu 1:100 wyjaławia usta w ciągu $^1/_4$ minuty, a w stosunku 1:200—w ciągu 1—2 minut.

Acidum boricum (kwas borny), łatwo rozpuszcza się w wodzie gorącej i w spirytusie. Są to bezbarwne kryształy i służą jako środek przeciwgnilny do płukań. Stosuje się łyżeczkę na szklankę letniej przegotowanej wody.

Acidum carbolicum (kwas karbolowy, inaczej fenol), jest główną składową częścią ciężkiego oleju smołowego z węgla kamiennego. Bezbarwny fenol przedstawia się w postaci kryształów łatwo rozpuszczalnych w 15 częściach wody, a w wyskoku i eterze w każdym stosunku. Posiada zapach przypalony i smak gryzący. W aptekach i składach aptecznych karbol sprzedawany bywa pół na pół ze spirytusem. *Może być stosowany tylko z przepisu lekarza.*

Acidum salicylicum (kwas salicylowy), są to białe kryształy łatwo rozpuszczalne w spirytusie i wodzie gorącej, a trudno w wodzie zimnej. Stanowi on główną część składową amerykańskiego olejku gaulterjowego, jakkolwiek nie posiada zapachu, wyraźnego smaku i nie jest lotnym. Jest bardzo szkodliwy, ponieważ ujemnie oddziaływa na tkanki zęba, a przeto nie powinien być stosowany do płukań.

Borax (boraks) działa podobnie jak ac. boricum.

Camphora (kamfora). Jest to białe ciało niezwykle lotne, łatwo rozpuszczalne w wodzie gorącej i eterze, wyskoku i olejkach eterycznych. Jako dodatek do płukań posiada kamfora przyjemny silnie ko-

*) Zob. № 8 z 1906 i № 5 z 1907.

---

padkach suchej, chropowatej, ostrej skóry, nie znoszącej mydła i takiej, która wskutek nadużycia pudru, utraciła soczystość i zwiędła.

Krem mitinowy należy w takich wypadkach stosować w sposób następujący: na noc wciera się w skórę (naprz. twarzy) cienką warstwę tego kremu. Rano natłuszcza się skórę jeszcze raz tym kremem, poczem spłukuje się ją gorącą wodą (t^0 zależy od wrażliwości skóry) bez mydła w ciągu kilku minut. Po wytarciu twarzy ręcznikiem, ustępują pozostałe ślady tłuszczu wraz z płynem. Takie zabiegi stosowane w ciągu kilku tygodni nadają skórze soczystość i gładkość, dzięki zdolności mitiny wnikania w głębsze warstwy skóry.

Kremu tego nie powinny używać osoby, obdarzone t. zw. cerą tłustą, albowiem krem mitinowy *natłuszcza* skórę, więc nierozsądnem byłoby dodawać to, co nie tylko już istnieje, lecz nadmiar czego, pragniemy nawet usunąć.

W celu usunięcia nadmiaru tłuszczu (przy tak zwanej cerze tłustej, połyskującej) stosować można **pastę mitinową**. Jest to preparat o stalszej konsystencji, działa jako nieszkodliwy środek wysuszający i pokrywający. Wybitną jej zaletę stanowi to, iż kolorem swoim bardzo mało różni się od skóry normalnej, co jest rzeczą bardzo ważną przy stosowaniu tej pasty na twarz i ręce.

Pod wpływem pasty mitinowej tłusta błyszcząca skóra traci swój nadmierny połysk i delikatnieje. Preparat ten można stosować na przemian z t. zw. tłustym pudrem mitinowym, zawierającym 20% mitiny; przetwór ten również wydelikaca skórę; pod jego działaniem skóra traci nadmiar tłuszczu i połysku, delikatnieje, nie ulegając przytem wysuszeniu. Puder taki przeciwwskazany jest jednak u osób z t. zw. suchą skórą; takie osoby, jak zaznaczyłem wyżej, powinny stosować tylko krem mitinowy.

Czysta mitina, jak nadmieniłem, nadaje się doskonale do wszelkiego rodzaju preparatów, stosowanych w celach zapobiegawczo-leczniczych i kosmetycznych. Do takich preparatów zaliczyć należy proszek mitinowy, wskazany zwłaszcza u dzieci przy skłonności skóry do podrażnienia i zapaleń, następnie t. zw. **Lichtmitin-Crême**, zabezpieczający od promieni słonecznych; środek ten *wybiela* skórę; wskazany jest przy różnego rodzaju zabarwieniach skóry, jak naprz. piegach, plamach barwikowych; podstawę tego środka

rzenny zapach, na języku zaś wywołuje smak ostry, gorzki z następczem uczuciem chłodu.

Chinozol. Jest to żółty krysztaliczny proszek o przyjemnym, podobnym do szafranu, aromatycznym zapachu, rozpuszczalny w zimnej a o wiele lepiej w letniej wodzie, natomiast w wyskoku i eterze wcale się nie rozpuszcza. Smak ma chinozol ściągający a odczyn kwaskowaty. Środek ten działa o 40% silniej niż karbol, nie posiada przytem jego wad. Jest to więc silnie działający środek, nietrujący, nie drażni i nie przyżega tkanek.

Dwutlenek wodoru (hydrogenium peroxydatum) patrz woda utleniona.

Eucalyptol puriss. Oczyszczony jasny płyn podobny do wody, łatwo krystalizuje się; główna część składowa olejku eukalyptusowego, łatwo rozpuszcza się w wyskoku; jest to silnie działający środek przeciwgnilny.

Eugenol wydobywa się z olejku goździków i t. p. lotnych olejków. On to właściwie nadaje swoisty zapach goździków perfumom i płukaniom. Jest to bezbarwny i w miarę dostępu powietrza staje się żółtawym a nawet bronzowym. Jest to środek wybitnie przeciwgnilny, łatwo rozpuszczalny w wyskoku i w zupełności zastępuje olejek goździkowy.

Fenol patrz ac. carbolicum.

Flores Chamomillae patrz rumianek.

Formalina, inaczej formol lub formaldehyd. Jest to 40% wodny roczyn formaliny, płyn bezbarwny, łatwo rozpuszczalny w wodzie i wyskoku. Jakkolwiek jest silnym przeciwgnilnym i odwaniającym środkiem, jednak *do płukania się nie nadaje, gdyż jest szkodliwy dla jamy ustnej.*

Gliceryna oczyszczona jest płynem bezwonnym, gęstym, słodkawym, w wodzie i alkoholu łatwo rozpuszczalnym. Ponieważ większość wyciągów roślinnych rozpuszcza się w glicerynie przeto bywa niekiedy stosowana jako dodatek do płukania.

Hydrogenium peroxydatum patrz woda utleniona.

Karbol patrz ac. carbolicum.

Kalium chloricum (kalichlorikum albo chlorek potasu). Są to bezbarwne połyskujące kryształy. Posiada smak chłodzący, łatwo rozpuszcza się w wodzie, Stosuje się jako środek przeciwgnilny w 3—5% roztworze wodnym. *Do codziennego użytku wcale się nie nadaje. Powinien być stosowany tylko z zalecenia lekarskiego.*

Kalium permanganicum (nadmanganian potasu). Ciemnofijoletowe, prawie czarne, jak stal błyszczące pryzmaty, łatwo rozpuszczają się w 15° C. wodzie a w 3 częściach gotującej się wody. Rozkłada się przy 240° C. Działa silnie dezynfekująco i odwaniająco. Do płukań przy zapaleniach błony śluzowej stosuje się 1:200 wody przegotowanej. W jamie ustnej k. p. rozkłada się na wolny tlen, ług potażowy i czarny tlenek manganu. Ług wraz z tlennikiem manganu drażnią i przyżegają błonę śluzową. Ze względu, że stosowany *à la longue* zabarwia zęby na bronzowoczarny kolor, a osad wskutek tego powstały trudno się czyści, przeto *do codziennego użytku nie nadaje się.*

Kwasy patrz acid.

Menthol (mentol.) Kamfora mięty pieprzowej. Są to stearopty olejków eterycznych, mięty pieprzowej z zapachem mięty. Rozpuszcza się w wyskoku, eterze i olejkach eterycznych. Jest to środek przeciwgnilny, odświeżający i orzeźwiający i bardzo często dodawany bywa do płukań.

Natrium chloratum (chlorek sodu, sól kuchenna) patrz woda słona.

Perhydrol patrz woda utleniona.

Rumianek. Kwiat ten zawiera mieszaniny terpenów i olejków eterycznych, przypominających kamforę. Jakkolwiek napar lub odwar jest ulubionym i znanym ludowym środkiem domowym nieszkodliwym, jednakże zapach i smak jego jest mdły, a dla niektórych nawet i wstrętny. Co się tyczy działania jego bakterjobójczego, to na zasadzie licznych doświadczeń dowiedziono, że jest nieznaczne i w każdym razie mniejsze od wody słonej, która śmiało zastąpić powinna rumianek, chociażby dlatego, że jest tańsza i łatwiej ją można przyrządzić niż rumianek, i co najważniejsza, iż posiada lepszy smak i jest bez zapachu.

Sacharyna. Jest to biały, bez zapachu, drobnokrysztaliczny proszek o niezwykle słodkim smaku, który przy rozcieńczeniu 1:70000 jeszcze pozostawia słodki posmak. Słabo się rozpuszcza w zimnej wodzie 1:400, łatwiej w gorącej 1:28 i w glicerynie. Często

---

stanowi woda utleniona, która w połączeniu z mitiną działa na skórę wybielająco.

Wreszcie z preparatów mitinowych zasługuje na wzmiankę t. zw. **Frostmitin**, zawierający obok mitiny ichtyol i balsam peruwiański. Ichtyol, jak wiadomo, posiada działanie wybitnie przeciwzapalne; balsam peruwiański działa tak samo, przytem zmniejsza w znacznym stopniu uczucie pieczenia i palenia; to też preparat powyższy wskazanym jest przy odmrożeniach i odzięblinach.

Wymieniłem najgłówniejsze *gotowe* przetwory mitinowe i podałem dla każdego z nich wskazania oraz sposób użycia. W każdym poszczególnym przypadku należy ściśle indywidualizować wrażliwość skóry i stosować preparat przez czas krótszy lub dłuższy, w miarę potrzeby.

W praktyce swej stosuję preparaty powyższe od dłuższego czasu i zawsze z bardzo dobrym rezultatem.

Dr. H. Zamenhof.

używany przez fabrykantów jako dodatek smakowy do płukań. S. jest o 350 razy słodsza niż cukier. Szkodliwą dla jamy ustnej nie jest. S-ę, jak praktyka wskazuje, po dłuższem stosowaniu pacjenci porzucają, a to z powodu słodko-mdłego smaku. Lepiej przeto jej nie używać.

Salol. Biały proszek krysztaliczny, łatwo rozpuszczalny w 0,3 częściach eteru i chloroformu, w 10 częściach spirytusu i w tłustych olejkach. Jest to środek przeciwgnilny. *Do codziennego użytku się nie nadaje.*

Sól kuchenna patrz niżej woda słona.

Thymol cryst. (tymol albo kamfora tymiankowa). Ten tak często zalecany i stosowany środek lekarski jest silnie przeciwgnilny i odwaniający; wydobywa się z olejków eterycznych (olejku tymiankowego) thymasu pospolitego. Są to bezbarwne duże kryształy, które pachną jak tymian, bardzo słabo rozpuszczają się w wodzie 1:1000, łatwo natomiast w wyskoku, eterze i chloroformie i t. p. oraz w olejkach eterycznych. Antyseptyk ten stosuje się do płukań w roztworze 1%, t. j., mniej więcej, 2 grm. tymolu na szklankę wody letniej przegotowanej. Tymol działa podobnie jak fenol (karbol, ale stoi odeń wyżej ze względu na dobry smak i zapach.

Tincturae (Nalewki). Są to wyciągi traw spirytusowe. Najczęściej używane są:

Tra Aloës — drażniący środek.

„ **Ambrae**

„ **Benzoës** (będźwinowa). Wyciąg spirytusowy będźwianu aloesu i balsamu peruwiańskiego. Płyn bronzowy, o zapachu podobnym do wanilji.

„ **Cort. Aurantiorum**. Wyciąg ze skórek pomarańczowych posiada delikatny i przyjemny zapach i smak.

„ **Caryophyllorum**. Wyciąg z pączków kwiatowych goździka.

„ **Chinae** (chinowa). Wyciąg spirytusowy kory chinowej 1:5. Czerwonawo-bronzowy płyn.

„ **Coccionellae** (koszenilla). Czerwonawy płyn. Służy wyłącznie do zabarwienia płukań. Jest zupełnie zbyteczny i *stosowany być nie powinien.*

„ **Guajaci** (gwajakowy). Odwaniający płyn zielono-brunatnego koloru.

„ **Myrrhae** składa się z żywicy myrry i wyskoku w stosunku 1:5. Zawiera 2% olejku eterycznego Myrrhol. Jest to różowo żółty płyn o silnie ściągającem działaniu.

„ **Ratanhae** podobne posiada działanie jak *tra myrrhae*, zawiera kwas rataniogarbnikowy, obecnie mniej stosowany.

(*D. c. n*).

Dyskusja w sprawie reformy stroju kobiecego.

XIII.

Na wezwanie Szanownej Redakcyi z dnia 9 marca r. b. w sprawie reformy stroju kobiecego, jako specyalistka fachowa, chcę powiedzieć słów kilka o gorsecie.

Przedewszystkiem nie same gorsety, ale *sposób noszenia i wkładania* takowych jest podług mnie najczęściej szkodliwym. Panie nasze dziwnie sobie lekceważą metodę wkładania gorsetu, mianowicie, rzadko które chcą sobie zadać trud rozsznurowania i rozluźnienia go przed włożeniem, i w ten sposób nie gorset stosują do swego usposobienia w danym razie, lecz siebie do rozmiaru zaciśniętego wczoraj czy onegdaj gorsetu. Po drugie, gdyby ktoś chciał przekonać kobiety, że nie wszystkie mogą być jednakowo cienkie w pasie, na zawołanie mody mieć małe lub duże biodra, nizko czy wysoko biust, i że ta właśnie figura jest szpetną w znaczeniu estetycznem, która przypomina sztywny manekin, kwestya reformy stroju i hygiena dałaby się łatwo rozstrzygnąć. Natura tak pięknie obdarzyła kobiety formą linji, że tylko to naturalne piękno powinno się zachować i uwydatniać. Jak najmniej przekształcać i zmieniać.

Niech się moda wysila na zmianę barw, przybrań stroju i gatunek tkanin, ale to wszystko niech się skupia na podniesieniu wdzięku postaci gibkiej i swobodnej w ruchu. Bardzo mi się wydają piękne suknie kroju markizy lub reformowane. Mając taki ideał piękna form i linji, wymyśliłam „pas-gorset“ dwu typów. Jeden z nich zupełnie bez brykli, zachowuje jednak doskonale prostą linję z przodu a daje łagodne wcięcie w bokach. Drugi posiada elastyczną brykielkę z przodu i na dole jest sznurowany. Najbardziej tęgą figurę wyszczupla; przytem są miękkie, bo bez stalek, a zamiast fiszbinów mają platynki. Nie w tym celu piszę o pasach swoich, bym je chciała narzucić i wyłącznie propagować, ale chcę tylko zaznaczyć po tem co powiedziałam wyżej, że zwracałam dobrze uwagę na te pia desideria w kwestyi gorsetu, i dowodzenia Pani Gache-Sarraut oddawna trafiły mi do przekonania.

Składając wyrazy głębokiego uznania dla Szanownej Redakcyi

pozostaję z uszanowaniem
F. Kossobudzka.

Odpowiedzi Redakcji.

Fryzjerowi z prowincji. „**Kil**“ — jestto glinka, znajdująca się w różnych miejscowościach wybrzeży morza Czarnego i nazwana tak przez tatarów. Jestto ciało szaro białe, miękkie, łatwo dające się rozetrzeć, z wodą tworzy pieniącą się papkę, przepalone zaś daje białą delikatną pastę. Pod względem chemicznym „**Kil**“ jest dla ustroju zupełnie nieszkodliwym: składa się z krzemionki, tlenku żelaza, glinu, kredy i węglanu magnezji. W Krymie już oddawna używa się „**Kil**“ jako mydło.

Pod względem leczniczym i kosmetycznym „**Kil**“ jest wybornym środkiem do mycia.

Która perfumerja ma na składzie ten preparat — nie wiemy.

P. B. w Irkucku. 1) Woda utleniona. 2) Zawiera ołów. 3) Zawiera lapis.

Pannie M. B-cz w Moskwie. 1) Farba ta nie zawiera składników szkodliwych. 2) Preparat bardzo skuteczny. 3) Przeciw piegom.

P. Ant. M. w Rydze. 1) Woda letnia. 2) Woda utleniona. 3) Krochmal ryżowy. 4) Kąpiele z dodatkiem otrębów migdałowych. 5) Bardzo skuteczny. 6) Elektroliza. 7) Faradyzacja włosów.

Szatance. Obie te farby zawierają lapis.

Prenumeratorce z majątku P. Są to objawy chorobowe *nerwów* skórnych. Zabiegi zewnętrzne są zbyteczne, wskazanem byłoby natomiast leczenie *ogólne*. Należy bezwarunkowo zasięgnąć porady lekarza.

Włocławianinowi. 1) Przyczyna — *nadużycie* gorącej wody; należy na czas pewien zaprzestać stosowania wody gorącej. Wskazanem byłoby: wcierać na noc w twarz olejek migdałowy, rano — woda letnia.

2) Litina i litium carbonicum — są to dwie rzeczy zupełnie odmienne.

Trichobion i Litinę można nabyć we wszystkich aptekach i perfumerjach.

4) Adresów firm prywatnych nie podajemy.

Prenumeratorce. Mydło to jest do nabycia we wszystkich aptekach i perfumerjach. Adresy w rubryce ogłoszeń.

P. Aleksandrowej. Farba wzmiankowana nie jest szkodliwa.

P. Maryi. 1) Nie używać pomad do włosów! 2) Preparat nieszkodliwy. 3) Elektroliza.

Czarnobrewej. Pytanie niejasno sformułowane: nie wiemy, o co chodzi.

Prenumeratorce z Łodzi. Masaż twarzy (o ile naturalnie dla danej cery jest wskazany) wpływa bardzo korzystnie na cerę, wygładza zmarszczki i może mieć wpływ na opadnięcie powiek.

P. W. S. w Jałtuszkowie. 1) **Lecithol-Malz-Extract Riedla** ma na składzie każda apteka; sposób użycia załączony do preparatu. 2) Przepis podany jest w numerze dzisiejszym. 3) Masaż. 4) Należy dokładnie zbadać przyczynę. 5) Do włosów suchych: mieszanina gliceryny z wodą kolońską w stosunku następującym: gliceryny 100 części, wody kolońskiej 30 części.

P. Annie. 1) Przyczyn może być dużo — a więc i środków—dużo. 2) Woda utleniona.

Prenumeratorce z Bychawy: Farba wzmiankowana zawiera lapis. Lepiej nie farbować włosów.

Smutnej Irence we Lwowie. 1) Środek ten jest nieszkodliwy. 2) Masaż.

Jasnowłosej. Środek ten jest dla zdrowia nieszkodliwy. 2) Z łupin orzechowych. 3) Tak — można. 4) Przepisy były podane w № 4 „Kosmetyki". 5) Szkodliwy — przepisy były podane w № 12 „Kosmetyki". 6) Alkaliczny Bay-Rum. 7) Farba ta jest szkodliwa. 8) Można.

Prenum. z Siniawki. 1) Preparat niewłaściwy. 2) Zabiegi podane były w № 1 r. z.

Mimozie. 1) Można masować. 2) Olejek migdałowy i zabiegi jak dotychczas.

Studentowi z Marszałkowskiej. 1) Niech Sz. Pan przeczyta uważnie artykuł w numerze dzisiejszym. 2) Większa ilość alkalji.

Wdzięcznej Warszawiance. W numerze dzisiejszym. 2) Niema. 3) Żadnej korzyści. 4) Tym sprawom poświęcimy artykuły specjalne. 5) Letnia woda, mydło alkaliczne № II — na noc olejek migdałowy.

Podolance. Nie farbować, gdyż neuralgie twarzy znów zaczną dawać się we znaki.

P. R. B. w Ciechanowie. 1) Preparat ten składa się z krzemianów, potasu, mydła, gumy arabskiej, gliceryny i wody a zatem zawiera wszystkie składniki używane do fabrykacji mydła. 2) Te wszystkie „niezawodne" środki nie zawodzą jedynie fabrykanta.

Od Administracji.

Z powodu kończącego się kwartału uprzejmie prosimy Sz. Prenumeratorów o wczesne nadsyłanie przedpłaty na czas dalszy, od tego bowiem zależy prawidłowa ekspedycja pisma.

Środki do zębów:

ELIKSIR, PROSZEK i PASTA

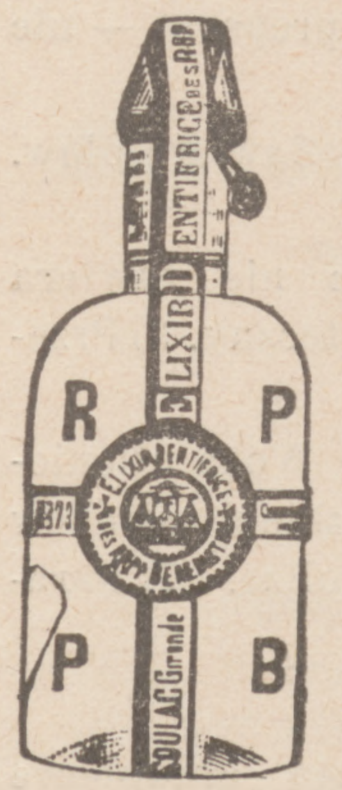
Wiel. O°.

BENEDYKTYNÓW

Opactwa **SOULAC**

Uwaga:

Flakony z Eliksirem Benedyktynów bez plomby rosyjskiej komory celnej należy uważać jako falsyfikat.



Wzór flakonu

Najwyższa nagroda na Wystawie Wszechświatowej w S. Louis 1904 r.

Nieporównane dla utrzymania piękności skóry

KALODERMA

KALODERMA-CLICERYNA ⁘ KALODERMA-MYDŁO
KALODERMA-PUDER.

F. WOLFF i SYN w KARLSRUHE



Od kaszlu i chrypki

zalecają lekarze

Fay'a prawdziwe Sodeńskie mineralne pastylki.

Cena pudełka 70 kop. Do nabycia we wszystkich aptekach i składach aptecznych. **Żądać wyraźnie zielonych pudełek z objaśnieniami w jęz. polskim i rosyjskim.**



Shampoo Américain „SANADERMA"

Najtańszy środek do mycia głowy, niszczy łupież, **zapobiega wypadaniu włosów**, nadaje miękkość i puszystość.

Cena paczki tylko 20 groszy.

Sprzedaż w Składach Aptecznych, Aptekach i Perfumerjach.

Wyłączny Reprezentant:

T. Łastowiecki-Chmielna 112.



Migrenę i silne bóle Głowy

usuwają natychmiast i wzmacniają ustrój nerwowy Pastylki **D-ra Lauterbacha w Paryżu.**

Cena pudełka rb. 1;— 1/2 pudełka 55 kop.

Żądać w aptekach i składach aptecznych. Zamiejscowym wysyła się za zaliczeniem. Sprzedaż hurtowa w składach firmy **„Ludwik Spiess i Syn" oraz Tow. Akc. „Henryk Welt".**

Reprezentant na Królestwo i Cesarstwo

A. KIRSZROT, Warszawa, Karmelicka 13, tel. 191,58

D-ta Dorota Borenstein

Nowy Świat 15

ALBAROSA

Wypróbowany kosmetyczny środek-usuwa **piegi i opaleniznę**. Udelikatnia cerę.

Żądać wszędzie!

Główny skład w aptece

A. RYLA.

KRAK. PRZEDMIEŚCIE № 59.

Na żądanie wysyła się pocztą

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.** Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon **36.46.**